



PRÁTICAS CORPORAIS (PC) E ATIVIDADE FÍSICA (AF) RELACIONADAS À SAÚDE DE POPULAÇÕES RURAIS BRASILEIRAS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA¹

Felipe Saul Wanzeler²

Júlia Devidé Aparecida Nogueira³

RESUMO

Objetivo: Investigar aspectos do estado atual de produção de conhecimento a cerca das PC/ AF relacionada à saúde em populações rurais do Brasil. Revisão sistemática da literatura. Os resultados apontam a tendência das populações rurais ao sedentarismo em AF de lazer, a necessidade de investimento em estudos na área e no âmbito metodológico a maioria dos estudos são quantitativos/ transversais, utilizam questionários e valorizam os aspectos biológicos do fenômeno.

PALAVRAS-CHAVE: Práticas corporais 1, Atividade física, População rural.

1 INTRODUÇÃO

As mudanças e transições que permeiam a sociedade contemporânea, pós-revoluções industrial e robótica, contribuíram, dentre vários aspectos, para modificar o olhar, ampliar o interesse e a necessidade de pesquisa acerca das Práticas Corporais (PC) e Atividades Físicas (AF) relacionadas à saúde (NAHAS e GARCIA, 2010). A partir da década de 90, as evidências sobre o impacto deste comportamento na saúde populacional (ACSM, 2007; U. S., 2005; WHO, 2002) e suas baixas prevalências em níveis mundiais, tanto em países desenvolvidos (CDC, 2005) quanto naqueles em desenvolvimento (BRASIL, 2008), sustentaram a relevância da presença dos temas nas agendas de saúde pública em vários países e o aumento da produção científica na área (HALLAL *et al*, 2014).

No Brasil em meados da década de 90, semelhante ao acontecido no resto do mundo, as PC e AF também passaram a fazer parte de forma mais incisiva no cotidiano da Saúde Coletiva no contexto nacional (CARVALHO, 2013; HALLAL *et al* 2007; LUZ, 2001). Desde então, houve no país a maior participação de profissionais de Educação Física nos programas de pós-graduação de Saúde Coletiva, a inserção da Educação Física enquanto campo profissional da área da saúde (FALCI e BELISARIO, 2013) e a ampliação do espaço das PC e AF como um eixo de ação na Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), umas das Políticas Públicas mais importantes dos últimos dez anos no país (CARVALHO e NOGUEIRA, 2016).

1 O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

2 Universidade Federal do Amapá. felipecw@msn.com

3 Universidade de Brasília. julianogueira@yahoo.com

Atualmente, o Brasil já dispõe de um acervo considerável de evidências sobre esses comportamentos em âmbito nacional, principalmente sobre populações urbanas compostas por adultos, idosos, crianças, adolescentes e também em populações mais específicas, como diabéticos, universitários, mulheres climatéricas, entre outros (CORDEIRO DA SILVA *et al*, 2014; TASSITANO *et al*, 2007; HALLAL *et al*, 2007). Em área rural, no entanto, ainda são poucos os estudos com o objetivo específico de analisar, refletir ou mesmo monitorar e medir as PC e AF.

Desta forma, visando contribuir com a Educação Física brasileira na busca de respostas sobre a produção científica em PC/AF e saúde, esta revisão tem por objetivo investigar aspectos do estado atual de produção de conhecimento a cerca das práticas corporais/ atividade física relacionada à saúde em populações rurais do Brasil, analisando-os metodologicamente e identificando as evidências sobre a situação desse fenômeno, na realidade da população investigada.

2 METODOLOGIA

A revisão sistemática ocorreu no decorrer do ano de 2016. As buscas foram realizadas em bases de dados eletrônicas e através da lista de referências dos artigos encontrados. Os descritores utilizados, em língua portuguesa e inglesa, foram os referenciados por outros autores nos artigos selecionados e os sugeridos em consulta ao DECS (BIREME). A combinação de palavras utilizadas foi: “atividade física”, “práticas corporais”, “fatores associados”, “população rural”, “comunidade rural”, “zona rural”. As palavras “Brasil” e “brasileiros” foram acrescentadas para localizar e restringir as buscas por manuscritos nacionais.

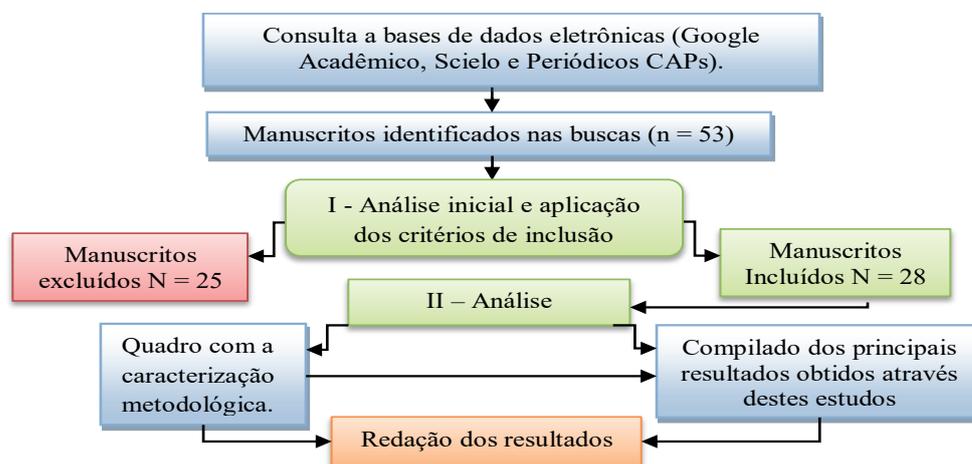


Figura 1 - Fluxograma do processo de pesquisa

3 DESCRIÇÕES, RESULTADOS, INTERPRETAÇÕES...

A revisão confirmou a necessidade de investimento em pesquisas que possibilitem aprofundar o conhecimento sobre as PC e AF relacionadas à saúde, especificamente na realidade de populações rurais do país.

Há certa tendência entre adultos e idosos, independente da região do país, a concentrar suas PC e AF em tarefas realizadas nos domínios do trabalho, no

deslocamento e/ou ambiente doméstico e a apresentarem comportamentos sedentários em atividades realizadas nos momentos de tempo livre ou lazer.

Em relação ao sexo, os homens (adultos e idosos), são mais ativos do que as mulheres. As AF do sexo masculino prevalecem nos domínios trabalho, enquanto o sexo feminino nas atividades realizadas no ambiente doméstico.

Entre os estudos com populações em faixa etária jovem, foi evidenciado a escassez e a variabilidade de objetivos das pesquisas, segmentam a necessidade de maior aprofundamento nos estudos com os jovens e inviabilizam maiores análises ou apontamentos a respeito.

Há um crescente e multidisciplinar interesse nesse campo de pesquisa, em participar com populações rurais. Há disparidade no número de produções por regiões, foram realizados nas regiões Nordeste 11 (39,29%) e Sul 10 (35,71%), sendo os demais distribuídos entre as regiões Sudeste 5 (17,85%) e Norte 2 (7,15%). Não foram identificados trabalhos na região centro-oeste.

Em relação às características metodológicas²⁶ (92,86%) estudos foram quantitativos, as abordagens mista (quantitativo e qualitativo) e qualitativa foram referenciadas em 2 (7,14) estudos. O delineamento transversal foi prevalente em todas as investigações e apenas 4 (14,2%) dos estudos foram referenciados como do tipo epidemiológico. Decorrente dessas características identificou-se a hegemonia por uma compreensão biológica do fenômeno, das PC e AF relacionadas à saúde, em detrimento a fatores socioculturais e ambientais intervenientes nessa prática.

Todos os estudos utilizaram questionários para conhecer, identificar, avaliar ou mensurar as PC e AF. Adaptações nos instrumentos adequando-os ao meio rural e/ou a população estudada foram referenciadas por 10 (35,71%) autores. O instrumento mais utilizado (em 53,5% dos estudos) foi o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), em suas versões longa e curta.

Entre os estudos 16 (57,14%) avaliaram o nível e a prevalência de atividade física e/ou sedentarismo, a identificação de aspectos relacionados ao conhecimento. Destes, 5 (17,86%) investigaram e apresentaram simultaneamente dados sobre o comportamento de AF nos domínios trabalho, atividades domésticas, transporte e lazer. Seguindo a tendência e as recomendações da literatura internacional e nacional o domínio lazer foi o mais investigado presente em 14 (50%) dos estudos.

Em 11 (39,29%) dos estudos os autores consideraram que quem pratica 150 minutos ou mais de AF moderada ou vigorosa na semana é ativo fisicamente ou encontra-se em um padrão recomendável. Entre os adolescentes o ponto de corte mais utilizado foi 300 minutos de AF por semana, distribuídos em 60 minutos diários. Por fim, 92,86% dos estudos fizeram menção a algum aspecto ético em pesquisa, como a disponibilização dos termos de Assentimento e/ou Consentimento Livre e Esclarecido e referência a algum Comitê de Ética em Pesquisa.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão evidenciou um crescimento da pesquisa sobre PC e AF relacionadas à saúde de populações rurais. No entanto, é necessário superar a grande lacuna de informações e as disparidades regionais, estimulando estudos com amostras

diversificadas e representativas por todo o país, com especial atenção para as regiões norte e centro-oeste.

As vulnerabilidades sociais, as características culturais, políticas e econômicas que permeia a realidade de jovens, adultos e idosos residentes nessas localidades, influenciam diretamente na adesão/aderência a esse comportamento. A evidência que essas população são fisicamente ativas pelo alto dispêndio de tempo em atividades físicas relacionadas ao trabalho (seja no campo ou domicílio) e pela necessidade do deslocamento, preocupa e sinaliza para a falta de estruturas, condições e políticas públicas que incentivem e promovam o lazer ativo.

No âmbito metodológico, a busca por uma boa base teórica e de modelos conceituais que possibilitem uma visão ampliada do fenômeno, enfatizando a promoção da saúde e os determinantes sociais a partir das PC e AF; a utilização de métodos (abordagem, instrumentos e populações/amostras) mais adequados às características da população investigada, é o grande desafio para se melhorar a qualidade e relevância dos estudos.

Ainda que sejam necessários avanços, há de se destacar a atitude dos que se aventuram em compreender o fenômeno das PC e AF relacionadas à saúde, no meio rural do país. Exploram um “mundo” pouco conhecido ou mesmo ignorado, contribuindo para o rompimento das fronteiras e barreiras geopoliticamente impostas a estas pessoas, apresentado ao Brasil números dessa população invisível.

PRÁCTICAS CORPORAL Y ACTIVIDAD FÍSICA RELACIONADA CON LA POBLACIÓN RURAL DE SALUD BRASIL: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

RESUMEN: *Objetivo: Investigar los aspectos de la situación actual de la producción de conocimiento sobre el PC / AF relacionada con la salud en las poblaciones rurales en Brasil. revisión sistemática de la literatura. Los resultados muestran la tendencia de la población rural en la inactividad AF ocio. La necesidad de invertir en investigación en el área. Marco metodológico mayoría de los estudios son cuantitativos / cruz, por medio de cuestionarios y valorar los aspectos biológicos del fenómeno.*

PALABRAS CLAVE: *prácticas corporales, La actividad física, La población rural.*

CORPORATE PRACTICES AND PHYSICAL ACTIVITY RELATED TO THE HEALTH OF BRAZILIAN RURAL POPULATIONS: A SYSTEMATIC REVIEW.

ABSTRACT: *Objective: To investigate aspects of the current state of production of knowledge about health related CP / AF in rural populations of Brazil. Systematic review of the literature. The results indicate the tendency of the rural populations to sedentarism in leisure AF. The need for investment in studies in the area. In the methodological scope most studies are quantitative / cross - sectional, use questionnaires and value the biological aspects of the phenomenon.*

KEYWORDS: *Physical practices, physical activity, rural population.*

REFERÊNCIAS

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. Diretrizes do ACSM para o teste de esforço e sua prescrição. 7. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2007**: Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília, 2008. p. 70-79.

CARVALHO, F.F.B; NOGUEIRA, J.A.D. Práticas corporais e atividades físicas na perspectiva da Promoção da Saúde na Atenção Básica. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, n. 6, p. 1829-1838, 2016.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (CDC). Adult participation in recommended levels of physical activity - United States, 2001 and 2003. **Morbidity and Mortality Weekly Report**, v. 54, n. 47, p. 12081212, 2005.

DE CARVALHO, F.F.B. Educação física e saúde coletiva-diálogo e aproximação. **Corpus et Scientia**, v. 8, n. 3, p. 109-126, 2013.

FALCI, Denise Mourão; BELISARIO, Soraya Almeida. A inserção do profissional de educação física na atenção primária à saúde e os desafios em sua formação. **Interface** (Botucatu), Botucatu, v. 17, n. 47, p. 885-899, Dec. 2013.

HALLAL, P.C. Physical activity and health in Brazil: research, surveillance and policies. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 30, n. 12, p. 2487-2489, 2014.

LUZ, M.T. Políticas de descentralização e cidadania: novas práticas em saúde no Brasil atual. **Pinheiro, R, Mattos, RA, organizadores**. Os sentidos da integralidade na atenção e no cuidado à saúde. Rio de Janeiro (RJ): UERJ, IMS ABRASCO, 2001.

NAHAS, M.V; GARCIA, L.M.T. Um pouco de história, desenvolvimentos recentes e perspectivas para a pesquisa em atividade física e saúde no Brasil. **Rev. bras. Educ. Fís. Esporte**, v. 24, n. 1, p. 135-48, 2010.